



Réseau d'Observation Mancelle de la Pathologie Infectieuse

**Docteur, je tousse... je mouche...
... J'ai mal à la gorge !**

Avec le mauvais temps, petite remontée des infections respiratoires aiguës. Des bronchites, quelques bronchiolites, des angines, quelques gastro-entérites. Les médecins signalent plusieurs cas de mononucléose infectieuse, et de plus en plus de cas d'allergie aux pollens. Les antibiotiques sont RAREMENT UTILES

Ce que vos patients vont lire dans le Maine Libre demain, Jeudi

Été 2004. Comment s'y préparer ?

Nul ne peut dire ce que sera l'été 2004. Une canicule comme celle de 2003 est peu probable, mais sa gravité a été telle que chacun d'entre nous doit réfléchir dès aujourd'hui aux mesures à prendre pour lui-même et pour son entourage. Et ce d'autant plus qu'il n'est pas besoin de canicule pour que, chaque été, des gens, le plus souvent âgés, soient incommodés, parfois gravement, par la chaleur. Quelques mesures simples permettent d'éviter ou de limiter ces désagréments.

Dès qu'il fait chaud, supprimez le nylon

Parmi les personnes âgées mortes l'été dernier, les femmes étaient en surnombre. L'explication relève peut-être de la vêtue : Mesdames, le nylon et les synthétiques, conquête de la femme moderne, ne sont pas faits pour la chaleur ! Un vêtement de nylon n'est léger qu'en poids. En pratique, c'est une vraie « sudisette » qui aggrave les conséquences de la chaleur. Et que dire des gaines, des combinés, des bas à varices qu'une bonne partie d'entre vous ont gardé sur elles cet été ? La pudeur est bien compréhensible et un bon maintien est souvent nécessaire, mais faut-il pour autant en souffrir ?

Dès qu'il fait chaud, supprimez des vêtements

Les médecins qui ont soigné des victimes de la chaleur ont été surpris de la quantité de vêtements qu'elles portaient. C'est que les personnes âgées craignent les courants d'air et que certaines d'entre elles, au lieu de se découvrir quand l'évaporation de leur sueur leur donnait de petits frissons, se sont couvertes encore plus par peur des « refroidissements ». Quand la météo prévoit une vague de chaleur, il faut se découvrir et ne garder sur soi dans la journée qu'une seule épaisseur de vêtements, quitte à rajouter une petite laine si la soirée est fraîche.

Dès qu'il fait chaud, évitez de sortir entre midi et 16 h00

Même en l'absence de canicule, vous risquez de faire un malaise en sortant aux heures chaudes de la journée. Les bus ne sont pas climatisés et peuvent se transformer en fournaise dès que le soleil tape : évitez les magasins ou les transports en commun.

Faites dès maintenant quelques emplettes

Prévoyez au moins 2 blouses ou 2 grands tee-shirts de **coton** pour l'été. C'est le vêtement le plus adéquat. Prévoyez aussi un ventilateur, un pulvérisateur (comme ceux qu'on utilise pour les plantes) ou un brumisateur car la meilleure façon de se rafraîchir quand il fait très chaud est de se pulvériser de l'eau sur le corps sous l'air d'un ventilateur.

« Epluchez » votre ordonnance avec votre médecin

Un certain nombre de médicaments peuvent aggraver les effets de la chaleur ou devenir dangereux quand il fait trop chaud. Si vous avez un traitement régulier, voyez dès maintenant avec votre médecin les médicaments dont il faudra vous méfier cet été.

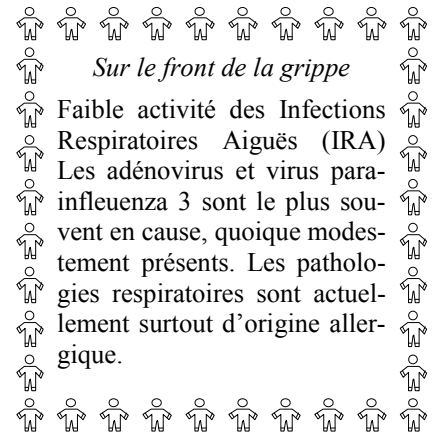
Suite la semaine prochaine.

Infections respiratoires à l'affiche cette semaine

Adénovirus
Rhinovirus
Parainfluenza 3

Signalés par les médecins du ROMPI

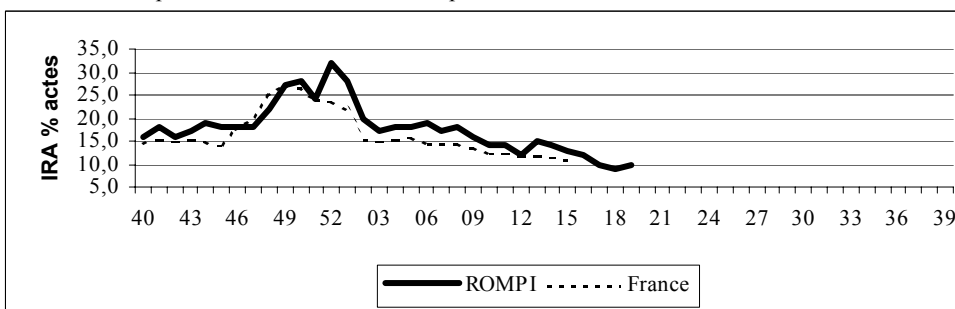
Otites, angines, pharyngites, bronchites gastro-entérites, 1 sycosis allergies, 3 MNI, lombalgies



Niveau d'activité médicale

% participation en vacances	100 % des médecins
Jours travaillés	0 % des médecins
Actes	4,1 par semaine
Visites	24,4 par jour
IRA	12 % des actes
IRA	10% des actes
IRA	10/médecin/semaine
0-4 ans	28%
5-14 ans	20 %
15-64 ans	46 %
65 ans et +	7 %
BD	0,2 /médecin/semaine
Antibios dans	27 % des IRA
AT courts	4 % des actes
AT courts	3,7 médecin/semaine

Infections Respiratoires Aiguës (IRA) en médecine de ville.
Comparaison CUM—France métropolitaine. Sources: ROMPI, GROG France



Contacts

ROMPI: coordination **02.43.39.97.93** GROG Marion QUESNE **01.56.55.51.51** Mél: rompi@openrome.org Web: www.grog.org